



# GUÍA PARA EL USO DE UN LENGUAJE NO SEXISTA



Tú puedes contribuir a la equidad entre mujeres y hombres



¡Inténtalo!

**1** El masculino **NO** es neutro.

**2** Evita el uso de la arroba @ para designar de manera indistinta a hombres y mujeres porque **NO es un signo lingüístico.**

**3** Puedes **desdoblar términos** y alterar el orden de presentación. **Ejemplos:** las trabajadoras y trabajadores, las mujeres y los hombres, las y los jóvenes, las madres y los padres de familia.

**4** Si no deseas desdoblar términos, **utiliza sustantivos colectivos.** Ejemplos: personas, ciudadanía, población, comunidad estudiantil, personal que labora, personal docente / directivo.

**5** También puedes **utilizar adjetivos o pronombres** que integren a mujeres y hombres, como **cada, cualquier, quienes** o **se.** Ejemplos: cada integrante, cualquier persona, se beneficiarán de las becas, quienes asistan, esto en lugar de: el integrante, el ciudadano, los asistentes, los beneficiarios.

**6** Utiliza **palabras neutras**, como: periodista, persona, especialista, festigo, protagonista, jurado o aquellas con terminación "ente": aspirante, dirigente, estudiante, integrante.

**7** Menciona las **ocupaciones o títulos profesionales en masculino o femenino**, según el sexo de la persona. Ejemplos: Empleado/Empleada, Director/Directora, Ingeniero/Ingeniera, Arquitecto/Arquitecta, Médico/Médica.

**8** También puedes **aludir al cargo u oficio de una persona.** Ejemplos: Dirección, Jefatura, Secretaría, Gerencia, Coordinación.

**9** Para formularios o espacios reducidos, **utiliza las barras:** los/as, todos/as, compañeros/as, e/a, trabajador/a.

**10** Evita usar **imágenes** que reproduzcan roles y estereotipos tradicionales y que fomenten la **desigualdad entre los sexos.**

**Mujeres:** objetos sexuales, madres, amas de casa.  
**Hombres:** insensibles, independientes, con poder.





# Si me nombro, existo



El lenguaje en sí mismo  
no es sexista, pero el uso  
que hacemos de éste puede  
provocar

**invisibilidad,  
exclusión y  
violencia**  
hacia mujeres y hombres



Incorporar el uso de un lenguaje  
no sexista a nuestra actitud cotidiana  
modificará la imagen estereotipada  
de mujeres y hombres que  
reproducimos al pensar, hablar y  
escribir. Es más fácil de lo que  
parece...

**¡Depende de tu  
voluntad e  
iniciativa!**



Nuestro lenguaje es abundante y dinámico,  
se adapta a las necesidades de quienes lo  
usan y es flexible a los cambios en la

## sociedad

